

# 弦打支部おいでまい かわら版

弦打支部の組合員数 674名

**新年おめでとう  
ございます。**

昨年はおもてなしサロンの取り組みに、少しでもお役に立てて、医療生協の弦打支部としてもよかったと思っています。今年も、ぜひ地域の皆様の健康寿命が延びますようがんばっていきたいと思います。

**★中津おもてなしサロン  
2月7日(木)  
10時半～11時半  
中津集会所(鶴市町2017-3)**



**2月は「スロートレ  
ーニング」**

四国新聞での連載が大変好評で、各地の健康づくりの場にひっぱりだこ。80歳台にはとても見えない均整のとれた体つき。「始めるのに、遅いということはありません」との切り出しで始まるお話と実演はとっても説得力があります。



医療生協一宮支部の  
健康セミナーでの実習風景

トレーニングと言っても、まったく激しいものではなく、ご自分の状況にあわせてできますし、お布団の中でできるトレーニングも紹介していただけます。

84歳の県内で最年長のスポーツプログラマーとして活躍中の「川崎洋一先生」に乞うご期待。



**★中津おもてなしサロン  
3月は、「今どきの子供の生活と付き合い方」  
3月7日(木)  
10時半～11時半  
中津集会所(鶴市町2017-3)**

医療生協の機関紙「みんなの健康」は、地域の組合員さんの手でご近所5～10軒づつ担当し100%お届けすることをめざしています。年に6回の手配りボランティアさんを募集しています。チョットだけご協力よろしくお願ひいたします。

連絡先 担当 奥谷 TEL.812-6301